

Ingredientes da umbuzada: polpa de umbu, leite e açúcar.

Informações nutricionais

Calorias (Kcal/100g)	212,17
Açúcares Totais (%)	47,59
Gorduras Totais (mg/100g)	15,28
Gorduras Saturadas (mg/100g)	8,9
Colesterol (mg/100g)	68,7
Fibra Bruta (mg/100g)	2,64
Vitamina C (mg/100g)	10,33
Carboidratos %	47,58
Proteínas %	3,69
Cálcio (mg/100g)	19,78
Fósforo (mg/100g)	15,27
Retinol (mcg/100g)	28,89
Vitamina B1 (mg/100g)	0,05
Vitamina B12 (mg/100g)	0,06
Niacina (mg/100g)	0,56
Ferro (mg/100g)	2,21

Fonte: NEPA-UNICAMP. Tabela brasileira de composição de alimentos. 2006

Ministério da Agricultura,
Pecuária e Abastecimento

Embrapa

Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária
Centro de Pesquisa Agropecuária do Trópico Semi-Árido
Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento
BR 428, km 152, s/n | Zona Rural | Caixa Postal 23 | CEP 56302-970 | Petrolina-PE
Fone (87) 3862.1711 | e-mail: sac@cpatsa.embrapa.br | www.cpatas.embrapa.br
Fotos: Nilton de Brito Cavalcanti | Petrolina-PE | Tiragem: Formato digital

CGPE 6266

Instruções Técnicas da Embrapa Semi-Árido

Petrolina, maio 2007

78

on line



Umbuzada

Nilton de Brito Cavalcanti
Geraldo Milanez de Resende
Luiza Teixeira de Lima Brito
José Barbosa dos Anjos

O FRUTO DO UMBUZEIRO

Existem diversas formas de aproveitamentos do fruto do umbuzeiro, sendo a umbuzada a mais tradicional na região Nordeste do Brasil, principalmente pela simplicidade de preparação e pelo sabor característico. Contudo, a umbuzada só é encontrada no período de ocorrência da safra, quando há frutos in natura sendo comercializados pelos agricultores (Figura 1).



Figura 1. Comercialização do fruto do umbuzeiro.

UMBUZADA

A umbuzada tradicional é um concentrado composto de leite, açúcar e polpa obtida do cozimento dos frutos no estágio pré-maturo ou maduro. Esta concentração pode apresentar sabor variado, devido à falta de

valores exatos para a porcentagem de cada ingrediente. Pode ser obtida de frutos inteiros ou em pedaços, da polpa ou do suco dos frutos, adicionada ao açúcar e ao leite.

A umbuzada é um produto de consistência cremosa e cor verde claro.

OBTENÇÃO DOS FRUTOS

Os frutos para o preparo da umbuzada devem ser colhidos no estágio de pré-maturação ou já maduros (Figura 2). Após a colheita e seleção, devem ser lavados em água corrente e, posteriormente, imersos em uma solução de 10 litros de água, com 10 a 20 ppm de cloro, para sanitização dos mesmos, por 30 minutos. Posteriormente, devem ser lavados novamente em água corrente e potável.

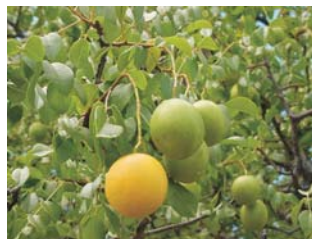


Figura 2. Frutos de umbu "de vez" e maduro.

COZIMENTO DOS FRUTOS

Para obtenção da polpa, os frutos devem ser passados in natura em despulpadeiras ou ser cozidos inteiros com a casca, retirando apenas o pedúnculo, em um recipiente com água, de forma que a última camada de frutos fique parcialmente descoberta, por um período entre 8 e 10 minutos, após o início da fervura (Figura 3). Quando os frutos apresentarem uma coloração verde claro, deve-se escorrer a água com uma peneira que não permita a passagem dos frutos.



Figura 3. Cozimento dos frutos (antes e após cozimento).

Após a retirada da água, os frutos devem ser passados em uma peneira ou liquidificador para retirada das sementes e obtenção da polpa para o processamento adequado da umbuzada (Figura 4).



Figura 4. Polpa e sementes do umbu.

PROCESSAMENTO

Para o processamento, deve-se adicionar, para cada 500 g de polpa de umbu, um litro de leite e 250 g de açúcar (Figura 5) e misturar em liquidificador por 5 minutos. As porções acima ou abaixo da recomendação podem alterar a consistência e o sabor da umbuzada.

Após o processamento, a umbuzada pode ser imediatamente servida ou colocada em geladeira para resfriar por 10 a 30 minutos.



Figura 5. Kit umbuzada: polpa de umbu, leite e açúcar.